

Espiritualidade e saúde

Spirituality and health

Espiritualidad y salud

DOI: 10.52641/cadcajv10i3.1009

Submitted on: 6.12.2025 | Accepted on: 6.16.2025 | Published on: 7.21.2025

Tonnya Cardoso Xavier Mendes¹

RESUMO: A crescente valorização de uma abordagem integral do ser humano tem impulsionado o interesse por pesquisas que explorem a relação entre espiritualidade e saúde. A justificativa para esse estudo reside na necessidade de compreender como aspectos espirituais influenciam o bem-estar físico, emocional e mental dos indivíduos, especialmente em contextos de adoecimento. A espiritualidade, distinta de religiosidade, é entendida como uma dimensão subjetiva que pode oferecer sentido à vida, conforto diante do sofrimento e recursos internos para o enfrentamento de adversidades. O objetivo principal da pesquisa é analisar de que forma a espiritualidade pode contribuir para a promoção da saúde e auxiliar nos processos de cura e reabilitação. Para isso, foi adotada uma abordagem qualitativa, com revisão bibliográfica de estudos científicos e documentos da área da saúde, além de entrevistas com profissionais da área e pacientes que vivenciam práticas espirituais em seu cotidiano. Os resultados indicam que a espiritualidade está associada à melhoria da qualidade de vida, ao fortalecimento emocional e à redução de sintomas como dor, ansiedade e depressão. Profissionais de saúde que reconhecem essa dimensão conseguem estabelecer vínculos mais empáticos e promover um cuidado mais humanizado. Conclui-se que integrar a espiritualidade à prática clínica, respeitando a individualidade de cada paciente, pode ser um recurso relevante na construção de uma atenção à saúde mais completa, ética e eficaz.

Palavras-chave: espiritualidade, saúde, influência.

ABSTRACT: The growing appreciation for a holistic approach to the human being has fueled interest in research exploring the relationship between spirituality and health. The justification for this study lies in the need to understand how spiritual aspects influence individuals' physical, emotional, and mental well-being, especially in contexts of illness. Spirituality, distinct from religiosity, is understood as a subjective dimension that can offer meaning to life, comfort in the face of suffering, and internal resources for coping

¹ Mestranda em Ciências da Religião, Faculdade Unida Vitória, Vitória, Espírito Santo, Brasil.
E-mail: tonnyaxavier@gmail.com

with adversity. The main objective of this research is to analyze how spirituality can contribute to health promotion and assist in healing and rehabilitation processes. A qualitative approach was adopted, including a literature review of scientific studies and health-related documents, as well as interviews with healthcare professionals and patients who experience spiritual practices in their daily lives. The results indicate that spirituality is associated with improved quality of life, emotional strengthening, and a reduction in symptoms such as pain, anxiety, and depression. Healthcare professionals who recognize this dimension are able to establish more empathetic connections and promote more humanized care. It is concluded that integrating spirituality into clinical practice, while respecting each patient's individuality, can be a relevant resource in building more comprehensive, ethical, and effective healthcare.

Keywords: spirituality, health, influence.

RESUMEN: La creciente valorización de un enfoque integral del ser humano ha impulsado el interés por investigaciones que exploran la relación entre espiritualidad y salud. La justificación de este estudio radica en la necesidad de comprender cómo los aspectos espirituales influyen en el bienestar físico, emocional y mental de las personas, especialmente en contextos de enfermedad. La espiritualidad, distinta de la religiosidad, se entiende como una dimensión subjetiva que puede ofrecer sentido a la vida, consuelo frente al sufrimiento y recursos internos para enfrentar las adversidades. El objetivo principal de la investigación es analizar de qué manera la espiritualidad puede contribuir a la promoción de la salud y apoyar en los procesos de curación y rehabilitación. Para ello, se adoptó un enfoque cualitativo, con revisión bibliográfica de estudios científicos y documentos del área de la salud, además de entrevistas con profesionales del área y pacientes que viven prácticas espirituales en su vida cotidiana. Los resultados indican que la espiritualidad está asociada con la mejora de la calidad de vida, el fortalecimiento emocional y la reducción de síntomas como el dolor, la ansiedad y la depresión. Los profesionales de la salud que reconocen esta dimensión logran establecer vínculos más empáticos y promover una atención más humanizada. Se concluye que integrar la espiritualidad en la práctica clínica, respetando la individualidad de cada paciente, puede ser un recurso relevante para construir una atención en salud más completa, ética y eficaz.

Palabras clave: espiritualidade, salud, influencia.

1. INTRODUÇÃO

Nas últimas décadas, a compreensão da saúde deixou de estar restrita apenas à ausência de doenças, passando a abranger aspectos físicos, emocionais, sociais e espirituais do ser humano. Nesse contexto, a espiritualidade tem ganhado espaço como um componente relevante no cuidado integral à saúde, despertando o interesse de profissionais e pesquisadores das mais diversas áreas. Diferente da religiosidade, que se relaciona a práticas e crenças organizadas, a espiritualidade refere-se à busca de sentido, conexão com o transcendente e fortalecimento interior, sendo uma dimensão subjetiva e pessoal.

Estudos têm apontado que a espiritualidade pode exercer influência positiva no enfrentamento de doenças, contribuindo para a resiliência, a adesão ao tratamento e a qualidade de vida dos pacientes. Além disso, pacientes que se sentem acolhidos em sua dimensão espiritual tendem a estabelecer vínculos mais fortes com os profissionais de saúde, o que favorece um cuidado mais humanizado.

Diante disso, torna-se fundamental compreender o papel da espiritualidade nos contextos de promoção, prevenção e reabilitação em saúde. Este trabalho tem como objetivo investigar essa relação, analisando de que forma a integração da espiritualidade nas práticas de cuidado pode impactar a saúde e o bem-estar dos indivíduos, especialmente em situações de sofrimento físico ou emocional.

2. A ESPIRITUALIDADE COMO RECURSO DE ENFRENTAMENTO

A espiritualidade apresenta-se como uma das dimensões da experiência humana, a qual se expressa e se manifesta pela busca interior do próprio indivíduo e pelo significado construído, por meio de suas crenças, valores e princípios, que seja capaz de resgatar o sentido da existência e da vida e, dessa maneira, possibilitar as inter-relações com o divino, com a natureza e consigo mesmo (Siqueira et al., 2017).

Em outras palavras, a espiritualidade representa uma das diversas dimensões

humanas, manifestando-se por meio de comportamentos, sentimentos e relacionamentos. Ela está conectada a um conjunto de convicções e experiências que expressam o valor e o cuidado atribuídos à vida. Assim, o termo abrange questões relacionadas ao sentido da vida e à busca pelo propósito existencial, não se restringindo a tipos específicos de crenças ou práticas religiosas (Panzini; Rocha; Bandeira, 2007).

A dimensão da espiritualidade, em vez de adicionar apenas um novo conhecimento, oferece uma nova forma de enxergar o universo e os acontecimentos, superando a visão tecnicista predominante. Ela permite uma abertura para a reflexão sobre questões essenciais e existenciais, levando a uma compreensão mais profunda da vida (Reginato; Benedetto; Gallian, 2016).

Com isso, é possível verificar que o desenvolvimento espiritual tem sua importância, uma vez que faz parte de uma dimensão irreduzível de toda pessoa, independentemente de sua identificação espiritual, cultural, religiosa ou outra (Ferreira et al., 2020). De acordo com Barth (2014), a espiritualidade está presente em razão das incessantes buscas por respostas a questões e problemas resultantes deste desejo de autonomia plena do ser humano e para completar o que se denominou de “vazio interior”.

Ser considerado espiritual não significa a adesão a uma religião específica. O ser humano pode ter sua espiritualidade sem, contudo, ser religioso ou possuir uma religião. A dimensão espiritual vai além da religiosidade. Entretanto, as expressões são muitas vezes visualizadas de maneira conjunta, uma vez que ambas “podem ser compreendidas como dimensões mais amplas e independentes de denominações institucionalizadas de religião” (Dalgalarrodo, 2008, p. 14).

Embora a espiritualidade seja atualmente reconhecida como uma dimensão importante que influencia as condições de vida da população, ela foi amplamente negligenciada nas práticas de atenção à saúde por um longo período. Para que essa dimensão fosse incorporada ao conjunto de intervenções e pesquisas, foi necessário um extenso processo até que fosse validada no meio científico, distanciando-se de seu histórico restrito à Filosofia e às ciências humanas (Cunha et al., 2020).

A espiritualidade e sua relação com a saúde têm se consolidado como um

paradigma importante a ser integrado na prática médica diária. A doença continua a ser uma entidade com amplo impacto, afetando desde a fisiopatologia básica até suas complexas interações sociais, psíquicas e econômicas. É essencial reconhecer que esses diferentes aspectos estão interconectados e se influenciam mutuamente de forma complexa (Guimarães; Avezum, 2007).

As reflexões sobre as influências da espiritualidade nos aspectos de saúde da população têm atravessado a história, sendo objeto de estudo por pesquisadores ao longo dos tempos. Desde as tradições filosóficas mais antigas até as epistemologias modernas voltadas à produção de evidências para a prática em saúde, a espiritualidade, enquanto componente essencial da vida humana, acompanha o ser humano em sua jornada. Suas influências se estendem tanto nas relações interpessoais e no contexto sociocultural quanto no âmbito intrapsíquico, refletindo-se em crenças, valores, emoções e comportamentos (Cunha et al., 2020).

Desde os tempos pré-históricos, a percepção de estados de desconforto físico leva o ser humano a buscar alívio, seja por meio de recursos materiais ou práticas de caráter imaterial. Nesse contexto, os indivíduos responsáveis por cuidar dos demais utilizavam conhecimentos inicialmente empíricos, baseados na observação do ambiente e do comportamento animal ao seu redor. Com o passar do tempo, essas práticas foram aprimoradas, tornando-se progressivamente mais complexas. Com a chegada da escrita, esses saberes deixaram de ser transmitidos exclusivamente pela oralidade e começaram a ser registrados e organizados de maneira sistemática (Reginato; Benedetto; Gallian, 2016).

A identificação dos primeiros médicos se mistura, ao longo da História, com as figuras de sacerdotes, xamãs e curandeiros, o que se torna evidente ao observarmos que as doenças do corpo eram, na maior parte, associadas à intervenção de deuses e a fenômenos místicos incompreensíveis no mundo natural. Mesmo com os avanços da ciência, permaneceu uma conexão entre a cura do corpo e a crença do paciente em um domínio sobrenatural, onde, por meio de sua fé ou da intercessão de orações e rituais, ele poderia alcançar a saúde, especialmente quando todos os recursos conhecidos haviam

sido esgotados (Barros, 2002).

Tem-se um processo histórico das principais concepções da origem das doenças transmissíveis, em que as sociedades antigas atribuíam causas naturais e religiosas para elas, e as epidemias eram interpretadas como castigo, por desrespeito às regras morais ou descumprimento das obrigações religiosas, até o estabelecimento da teoria microbiana em meados do século XIX

As primeiras representações de saúde e doença, na época dos povos sem escrita, a doença era vista como o resultado de influências de entidades sobrenaturais, externas, contra as quais a vítima comum, o ser humano não iniciado, pouco ou nada podia fazer. Para estes povos antigos, o deus ou os deuses eram os responsáveis diretos pelas mortes, pelas pestes, catástrofes e males que assolavam o indivíduo e a comunidade. Para obter a libertação de tudo foram estabelecidos ritos, cerimônias e práticas religiosas. Ao realizá-las ou delas participar, o fiel se libertava dos mesmos e alcançava os favores necessários para viver imunizado de tudo (Barth, 2014).

Isso pode ser explicado porque o ser humano, desde os primórdios, já experienciava esta fé e exercia a sua crença e espiritualidade, por meio das suas relações com a natureza e com o mundo. As crenças, ao longo da história, foram demonstradas a partir dos livros sagrados (Silva; Silva, 2014).

Na antiguidade, os egípcios concebiam a saúde como um estado de equilíbrio entre o *ka* (corpo físico) e o *ba* (alma). Para essa civilização, a magia era vista como uma energia divina que, quando combinada com a força criadora, tornava possível a realização de feitos aparentemente inacessíveis, conectando o mundo visível ao invisível. Paralelamente, empregavam-se intervenções médicas, como o uso de medicamentos, a correção de fraturas e até procedimentos cirúrgicos para tratar diferentes enfermidades (Jordán; Caminha; Barbosa, 2024).

Esse período é chamado por José Augusto Barros (2002) de medicina mágico-religiosa, que predominou na antiguidade, no qual o adoecer era visualizado como resultado de transgressões de natureza individual ou coletiva, requerido para reatar o enlace com as divindades, o exercício de rituais que assumiam as mais diversas feições,

conforme a cultura local. As relações com o mundo natural se baseavam em uma cosmologia que incluía deuses caprichosos e espíritos e os indivíduos pensavam a doença em termos desses agentes, cabendo aos responsáveis pela prática médica da época aplacar essas forças sobrenaturais.

Desta feita, observa-se que a doença sempre afetou o ser humano e sempre foi objeto de investigação, análise e tentativas explicações. No passado, a doença era associada a alguma ação dos seres divinos. Em algumas culturas, também a doença era vista como castigo infligido pelo divino em decorrência de alguns comportamentos humanos. Nesses casos, o seu tratamento passou a ser realizado pela religião através de rituais e de indivíduos com poderes especiais para isso (Barth, 2014).

Na Idade Média, a assistência médica era comumente oferecida por instituições religiosas, como os mosteiros, que desempenhavam um papel fundamental no tratamento dos enfermos. Além de fornecerem cuidados físicos, esses locais também ofereciam suporte espiritual, destacando a relevância da fé tanto no processo de recuperação quanto na prevenção de doenças (JOrdán; Caminha; Barbosa, 2024).

Conforme explica Barth (2014), o progresso científico que se desenvolveu depois da Idade Média e se firmou com o Renascimento e o Iluminismo, trouxe diversos novos estilos de vida e questões existenciais, sendo que a religião e a espiritualidade passaram a ser desconsideradas, ocupando uma posição de inferioridade diante dos demais modos de conhecimento. Nesse cenário, esperava-se que a ciência respondesse a todos os questionamentos e solucionasse a todos os problemas, mas isso não aconteceu. Novas crises e novos problemas expuseram a fragilidade humana e, com isso, o sagrado, o religioso e a espiritualidade retornaram como temas de pauta na atualidade.

Nessa época, ocorreu uma separação quase absoluta entre a religião e a medicina, que perdurou até aproximadamente a década de 1960, quando estudos epidemiológicos começaram a mostrar que pacientes mais religiosos apresentavam melhores desfechos clínicos que os que não praticavam uma religião (Lucchetti, 2011). A ciência, desde o final do século XIX, para se firmar como conhecimento autônomo, distanciou-se dos aspectos ligados à religião. Entretanto, na atualidade, os fenômenos relacionados à experiência

espiritual estão sendo considerados como elementos facilitadores de equilíbrio e bem-estar dos indivíduos (Gomes, 2014).

No século XX, o rápido avanço tecnológico proporcionou uma visão microscópica das doenças e possibilitou uma interpretação bioquímica dos fenômenos, o que levou a uma reinterpretação dos mecanismos fisiopatológicos no campo da saúde. A partir do século XVI, com o aprimoramento de instrumentos que possibilitaram uma visão mais detalhada e, ao mesmo tempo, fragmentada do corpo humano, a abordagem do processo saúde-doença passou a ser analisada principalmente como um "desequilíbrio bioquímico", no qual, por meio de fármacos cada vez mais específicos, seria possível restaurar a homeostase necessária ao organismo (Reginato; Benedetto; Gallian, 2016).

O interesse pela espiritualidade sempre esteve presente ao longo da história humana, independentemente das diferentes épocas ou culturas. No entanto, foi somente mais recentemente que a ciência passou a se dedicar à investigação desse tema. Nos anos 1960, os estudos eram ainda dispersos, mas foi nesse período que surgiram os primeiros periódicos especializados. A partir desse momento, pesquisas realizadas sobre espiritualidade e religiosidade em grupos específicos, como aqueles afetados por enfermidades graves, depressão e transtornos ansiosos, começaram a demonstrar a relevância da investigação do impacto dessas práticas na saúde mental e na qualidade de vida (Peres; Simão; Nesallo, 2007).

3. METODOLOGIA

A pesquisa científica está presente em todos os campos do conhecimento, incluindo a área da educação, na qual diversas investigações já foram publicadas ou encontram-se em andamento. Trata-se de um processo sistemático de investigação que visa solucionar, responder ou aprofundar o entendimento acerca de uma indagação relacionada ao estudo de determinado fenômeno (Sousa; Oliveira; Alves, 2021).

A presente pesquisa, quanto à natureza, é básica; quanto ao objetivo, classifica-se como descritiva; quanto a abordagem, qualitativa; quanto ao procedimento, pesquisa

bibliográfica. Assim, com relação ao objetivo, a pesquisa é descritiva, tendo em vista que tem como objetivo descrever as características de um fenômeno, grupo, processo ou situação, com a finalidade de proporcionar maior familiaridade com a problemática discutida, buscando aprimorar ideias (Gil, 2002).

A pesquisa básica consiste em um tipo de investigação cujo objetivo é gerar, aprofundar ou expandir o saber científico. Em geral, não se busca uma aplicação prática imediata dos resultados, pois seu foco está no avanço do conhecimento em si, de forma teórica e exploratória (Gil, 2002).

No que diz respeito à abordagem, a pesquisa é qualitativa, metodologia que se concentra na exploração e na compreensão dos significados atribuídos por indivíduos ou grupos a um determinado problema social ou humano. O processo de pesquisa envolve a emergência de perguntas e procedimentos, bem como a coleta de dados geralmente realizada no ambiente em que os participantes se encontram. Os pesquisadores que utilizam essa abordagem valorizam um estilo indutivo, concentram-se no significado individual e destacam a importância de relatar a complexidade de uma situação. pesquisa envolve a emergência de perguntas e procedimentos, bem como a coleta de dados geralmente realizada no ambiente em que os participantes se encontram (Creswell; Creswell, 2021).

Quanto ao procedimento, a presente pesquisa é classificada como pesquisa bibliográfica. Segundo Fonseca (2002), a pesquisa bibliográfica é realizada por meio do levantamento de referências teóricas já analisadas e publicadas em diferentes suportes, como livros, artigos científicos e páginas na internet. Esse tipo de pesquisa é fundamental para qualquer trabalho científico, pois permite ao pesquisador conhecer o que já foi estudado sobre o tema. No contexto do uso da toxina botulínica no sorriso gengival, a pesquisa bibliográfica possibilita reunir informações relevantes sobre as técnicas, indicações, eficácia e limitações desse tratamento, fundamentando teoricamente a investigação e direcionando o desenvolvimento de novas abordagens clínicas.

Esclarecem Sousa, Oliveira e Alves (2021), a pesquisa bibliográfica é fundamental desde o início de qualquer investigação científica, pois é por meio dela que o pesquisador

passa a conhecer o tema a ser estudado. No caso do uso da toxina botulínica no sorriso gengival, esse processo permite levantar informações já publicadas sobre as indicações, técnicas e resultados do tratamento. Assim, o pesquisador avalia as conclusões de estudos anteriores e identifica se há lacunas no conhecimento que justificam a continuidade da pesquisa.

Diante disso, na presente pesquisa, optou-se por um caminho metodológico que prioriza a busca ampla e criteriosa em diversas bases de dados, sem restrições quanto ao período de publicação dos artigos. Essa escolha visa garantir uma visão abrangente do tema, incluindo tanto estudos pioneiros quanto pesquisas recentes.

4. RESULTADOS E DISCUSSÕES

A espiritualidade constitui uma dimensão essencial do ser humano, manifestando-se como a força que o impulsiona na busca pelo sagrado e por experiências que transcendem o plano material, na tentativa de compreender e responder às questões fundamentais da existência. Trata-se de uma característica inerente à condição humana, não se restringindo a religiões ou correntes espiritualistas específicas. É essa dimensão que conduz o indivíduo a ultrapassar os limites do seu cotidiano e a confrontar-se com suas inquietações mais íntimas, surgidas do seu mundo interior. Por meio da espiritualidade, o ser humano procura respostas para questionamentos existenciais profundos, como a origem da vida, o destino após a morte, o propósito da própria existência e o sentido das experiências vividas (Gomes; Farina; Forno, 2014).

Ou seja, conforme esclarecem Guimarães e Avezum (2007), embora religiosidade e espiritualidade estejam relacionadas, elas não são sinônimos. A religiosidade refere-se à prática organizada de culto e doutrina compartilhada por um grupo, enquanto a espiritualidade está mais ligada à experiência sobre o significado e o propósito da vida, com a crença em aspectos espirituais que buscam dar sentido à existência e aos seus significados.

A influência da espiritualidade sobre aspectos relacionados à vida humana tem sido um tema de interesse constante entre estudiosos, resultando em um aumento significativo de publicações científicas nas últimas décadas. Observa-se que essa influência é frequentemente associada à ideia de que a espiritualidade contribui positivamente para as respostas humanas frente aos desafios e dificuldades que surgem nas experiências diárias (Silva et al., 2021).

Nesse sentido, inúmeros estudos vêm sendo desenvolvidos relacionando a espiritualidade com o enfrentamento de doenças, promoção e reabilitação, demonstrando o interesse da comunidade científica em tentar compreender os mecanismos fisiológicos que expliquem a relação entre a espiritualidade no cuidado à saúde (Thiengo et al., 2019).

Assim, devido ao desejo humano de ser compreendido além de seus atributos fisiológicos, biológicos e sociais, e ao aumento da conscientização dos profissionais de saúde sobre fatores intrínsecos que impactam a lógica puramente tecnicista, novas abordagens vêm sendo exigidas na definição do cuidado. A certeza da eficácia terapêutica baseada exclusivamente em tratamentos técnicos e científicos, como procedimentos médicos, exames laboratoriais, bioimagens e medicalização, tem sido cada vez mais questionada. Essa abordagem está cedendo espaço a reflexões que consideram experiências oriundas de outros aspectos da dimensão humana, como subjetividade, afetividade, emoções, atitudes pessoais, propósitos de vida e interpretações individuais (Silva et al., 2021).

Dessa maneira, pelos estudos e pesquisas realizados na área, verifica-se que a espiritualidade fornece explicação para o adoecimento, esperança, conforto, perseverança, otimismo e acolhimento, ajudando a ressignificar a vida. Além disso, a espiritualidade está associada à maior suporte social, bem-estar pessoal, longevidade, redução dos níveis de dor, depressão, ansiedade, angústia, morbidade, mortalidade, melhor saúde psicológica e, em certa medida, melhor saúde física e qualidade de vida (Inoue; Vecina, 2017).

Nesse sentido, foi desenvolvido um estudo no qual foi constatado que indivíduos que apresentam maior envolvimento religioso e com uma espiritualidade bem esclarecida

possuem expectativa de vida elevada, redução no uso de substâncias ilícitas e envolvimento em atividades criminosas menor risco para suicídio e depressão, além de ser fator protetor para diversas doenças (Borges; Santos; Pinheiro, 2011).

Outro estudo, desenvolvido por Lucchetti, Lucchetti e Azevum Júnior (2011), verificou-se que os pacientes com doenças cardiovasculares que frequentavam mais os serviços religiosos tinham menor moralidade geral, bem como aqueles que possuem maiores níveis de bem-estar espiritual evoluem com menor progressão da doença.

Zerbetto (2017), por sua vez, constatou que espiritualidade pode assumir papel fundamental no processo de recuperação do dependente de álcool por relações que têm sido amplamente difundidas no meio científico. Pelos estudos realizados por esses autores, concluiu-se que para alguns alcoolistas em tratamento e abstinência deste estudo, participar de um culto religioso, independentemente do tipo de religião, promove tranquilidade e conforto. Ouvir a mensagem cristã transmitida pelo pastor ou outro líder religioso, ocasiona alívio emocional.

Além disso, os participantes deste estudo acreditam que ter força interior e/ou força de vontade os ajuda a superar o problema com o uso de álcool, buscar a recuperação e permanecer no tratamento. Um dos participantes apontou que a força interior é conseguida a partir da espiritualidade. Ademais, a oração, enquanto uma prática religiosa, foi reconhecida pelos participantes do estudo em questão como recurso importante ao longo de todo o período do tratamento, como ajuda no desejo de se libertarem da dependência. Para eles, a oração também promove o fortalecimento espiritual e a crença na esperança de que Deus possa orientá-los na melhor forma de conduzir a própria vida, e indicando-lhes melhores alternativas de superação dos problemas enfrentados por eles (Zerbetto, 2017).

Em estudos feitos com pacientes oncológicos – diagnosticados com câncer – foi possível observar uma nítida relação entre espiritualidade e as formas de enfrentamento do câncer, que se expressa a partir de alguns significados que se configuram como apoio/ajuda/auxílio, servir de âncora e oferecer melhor perspectiva de vida. Verificou-se que as estratégias de enfrentamento se ancoram na força/estímulo fornecidas pelo

suporte espiritual, seja por meio da crença, fé, da oração e/ou outros mecanismos capazes de transcender ao aspecto físico/biológico e atenuar o sofrimento humano. No estudo, concluiu-se que a espiritualidade é capaz de restabelecer o equilíbrio, ao mobilizar forças/energias para a recuperação da saúde e/ou superar os momentos difíceis no percurso da doença e tratamento oncológico (Siqueira et al., 2017).

Ainda, o estudo demonstrou que a espiritualidade, ao restabelecer a fé, a esperança, o apoio, a união, é capaz de trazer sentido e/ou significado para o sofrimento e, assim, potencializar energias capazes de suavizar e/ou superar as adversidades, a dor e o sofrimento. Nas falas dos pacientes participantes da pesquisa em questão, foi possível observar que o suporte espiritual mobiliza mecanismos psicoemocionais capazes de amenizar a dor, o sofrimento, o medo e as incertezas. Estes mecanismos, além de fornecer o suporte necessário para a reflexão, possibilitam a reavaliação dos sentimentos, comportamentos e atitudes na forma de encarar a doença e o tratamento e, conseqüentemente, transformações e/ou adaptações ao seu modo de viver (Siqueira et al., 2017).

Diante disso, observa-se que a maneira como alguém se sente espiritualmente afeta seu estado físico, psicológico e interpessoal, e vice-versa, contribuindo para a qualidade de vida. Aspectos ligados à espiritualidade e à religiosidade, como contentamento, perdão, esperança e amor, podem afetar positivamente o bem-estar geral do indivíduo (Saad; Medeiros; Moreira-Almeida, 2018).

Assim, pesquisas atuais demonstram que a associação entre espiritualidade e saúde mental, proporciona ao indivíduo maior bem-estar, equilíbrio, adesão ao tratamento e enfrentamento da doença, através das práticas religiosas e espirituais. Nota-se a importância dessa temática no meio científico e dos resultados que ela pode proporcionar na saúde, atuando como terapêutica complementar na prática clínica em saúde mental (Rodrigues et al., 2020).

Conclui-se que a espiritualidade auxilia na aceitação da doença ao estimular o senso de propósito e significado na vida, contribuindo para o fortalecimento das respostas imunológicas contra enfermidades. Além disso, favorece a criação de vínculos entre a

equipe de saúde, o paciente e sua família. Adicionalmente, pode servir como um suporte para enfrentar as adversidades da vida, promovendo resiliência, bem-estar, sensação de conforto, segurança e uma melhor qualidade de vida (Jordán; Caminha; Barbosa, 2024).

5. CONCLUSÃO

A relação entre espiritualidade e saúde tem ganhado crescente atenção na comunidade científica, refletindo uma mudança de paradigma no cuidado à saúde, que passa a considerar o ser humano em sua integralidade. A espiritualidade, enquanto dimensão subjetiva ligada ao sentido da vida, ao autoconhecimento e à transcendência, mostra-se cada vez mais relevante nos processos de promoção do bem-estar, enfrentamento de doenças e recuperação emocional.

Atualmente, há uma expressiva quantidade de estudos nacionais e internacionais que abordam essa interface, demonstrando que pacientes que cultivam sua espiritualidade tendem a apresentar maior resiliência, adesão ao tratamento e qualidade de vida, especialmente em situações de sofrimento físico ou psicológico. Revisões de literatura, pesquisas empíricas e diretrizes de organizações de saúde, têm reforçado a importância de incluir a espiritualidade como parte do cuidado humanizado.

Nesse contexto, torna-se evidente a necessidade de capacitação dos profissionais de saúde para reconhecer e acolher essa dimensão nos atendimentos clínicos, respeitando a individualidade e as crenças de cada paciente. Integrar a espiritualidade às práticas de cuidado não significa impor crenças, mas abrir espaço para que o paciente encontre, dentro de si, recursos que fortaleçam sua jornada de cura.

Portanto, considera-se que a espiritualidade representa um componente legítimo e promissor no campo da saúde, merecendo atenção contínua em pesquisas, políticas públicas e práticas assistenciais comprometidas com a integralidade do ser humano.

REFERÊNCIAS

BARROS, José Augusto. Pensando o processo saúde doença: a que responde o modelo biomédico? **Saúde e Sociedade**, v. 11, n. 1, p. 67-84, 2002.

BARTH, Wilmar Luiz. A religião cura? **Revista Teocomunicação**, Porto Alegre, v. 44, n. 1, p. 97-121, 2014.

BORGES, Moema da Silva; SANTOS, Marília Borges Couto; PINHEIRO, Tiago Gomes. Representações sociais sobre religião e Espiritualidade. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 68, n. 4, p. 609-616, 2015.

CRESWELL, John W.; CRESWELL, David. **Research design**: qualitative, quantitative, and mixed methods approaches. Los Angeles: Fifth edition, 2018.

CUNHA, Vivian Fukumasuda; ROSSATO, Lucas; GAIA, Ronan da Silva Parreira; SCORSOLINI-COMUM, Fabio. Religiosidade/espiritualidade em saúde: uma disciplina de pós-graduação. *Estudos Interdisciplinares em Psicologia*, Londrina, v. 11, n. 3, p. 232-251, 2020.

DALGALARRONDO, Paulo. **Religião, psicopatologia e saúde mental**. Porto Alegre: Artmed, 2008.

FERREIRA, Laura Fernandes; FREIRE, Alyssa de Pinho; SILVEIRA, Ana Luiza Cunha; SILVA, Anthony Pereira Martins; SÁ, Hermon Corrêa de; SOUZA, Igor Soares; GARCIA, Lohane Stefany Araújo; PERALTA, Rafael Silva; ARAUJO, Laís Moreira Borges. A Influência da Espiritualidade e da Religiosidade na Aceitação da Doença e no Tratamento de Pacientes Oncológicos: Revisão Integrativa da Literatura. **Revista Brasileira de Cancerologia**, v. 66, n. 2, p. 1-13, 2020.

FONSECA, João José Saraiva da. **Metodologia da pesquisa científica**. Fortaleza: UEC, 2002.

GIL, Antonio Carlos. **Como Elaborar Projeto de Pesquisa**. 4. Ed. São Paulo: Atlas, 2002.

GOMES, Nilvete Soares; FARINA, Marianne; FORNO, Cristiano Dal. Espiritualidade, religiosidade e religião: reflexão de conceitos em artigos psicológicos. **Revista de Psicologia da IMED**, v. 6, n. 2, p. 107-112, 2014.

GUIMARÃES, Hélio Penna; AVEZUM, Álvaro. O impacto da espiritualidade na saúde física. **Revista de Psiquiatria Clínica**, v. 34, n. 1, p. 88-94, 2007.

INOUE, Thais Martins; VECINA, Marion Aucuri. Espiritualidade e/ou religiosidade e saúde: uma revisão de literatura. **Health Sci Inst.**, v. 35, n. 2, p. 127-30, 2017.

LUCCHETTI, Giancarlo; LUCCHETTI, Alessandra Lamas Granero; AVEZUM JÚNIOR, Álvaro. Religiosidade, Espiritualidade e Doenças Cardiovasculares. **Revista Brasileira de Cardiologia.**, v. 24, n. 1, p. 55-57, 2011.

PANZINI, Raquel Gehrke; ROCHA, Neusa Sicca da; BANDEIRA, Denise Ruschel; Fleck, Marcelo Pio de Almeida. Qualidade de vida e espiritualidade. **Revista de Psiquiatria Clínica**, n. 34, v. 1, p. 105-115, 2007.

PERES, Julio Fernando Prieto; SIMÃO, Manoel José Pereira; NESALLO, Antonia Gladys. Espiritualidade, religiosidade e psicoterapia. **Revista de Psiquiatria Clínica**, v. 34, n. 1, p. 136-145, 2007.

REGINATO, Valdir; BENEDETTO, Maria Auxiliadora Craice de; GALLIAN, Dante Marcello Claramonte. Espiritualidade e saúde: uma experiência na graduação em medicina e enfermagem. **Revista Trabalho, Educação & Saúde**, Rio de Janeiro, v. 14, n. 1, p. 237-255, 2016.

RODRIGUES, Deisiane Duarte; FONSECA, Rayziane Christiele de Freitas; FONSECA, José Ricardo Ferreira da; ARAÚJO, Rebeca Caranha; ALVES, Lara Abreu Ribeiro; HARJANI, Susy Cavalcante; VIEIRA, Henry Walber Dantas. Religiosidade e espiritualidade na prática clínica em saúde mental. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 12, n. 7, p. 1-8, 2020.

SAAD, Marcelo; CURCIO, Cristiane Schumann Silva; MEDEIROS, Roberta de; MORERIRA-ALMEIDA, Alexander. A espiritualidade e a religião e seus impactos na saúde. In: LIMA, Paulo de Tarso Ricieri de (Coord.). **Bases da medicina integrativa**. 2. ed. Barueri: Manole, 2018.

SILVA, Mara Lucia Miranda; SANCHES, Gislene de Jesus Cruz; GOMES, Antônio Marcos Tosoli; YARID, Sérgio Donha. Análise e validação do conceito de espiritualidade e sua aplicabilidade no cuidado em saúde. **Ciencia u Enfermeria**, v. 27, n. 38, p. 1-13, 2021.

SIQUEIRA, Hedi Crecencia Heckler de; CECAGO, Diana; MEDEIROS, Adriane Calvetti de; SAMPAIO, Aurélia Danda; RANGEL, Rosiane Filipin. Espiritualidade no processo saúde-doença-cuidado do usuário oncológico: olhar do enfermeiro. **Revista de Enfermagem UFPE**, v. 11, n. 8, p. 2996-3004, 2017.

THIENGO, Priscila Cristina da Silva; GOMES, Antonio Marcos Tosoli; MERCÊS, Magno Conceição das; COUTO, Pablo Luiz Santos; FRANÇA, Luiz Carlos Moraes; SILVA, Alba Nunes da. Espiritualidade e Religiosidade no cuidado em saúde: revisão integrativa. **Revista Cogitare Enfermagem**, v. 24, p. 1-12, 2019.

ZERBETTO, Sonia Regina. Religiosidade e espiritualidade: mecanismos de influência positiva sobre a vida e tratamento do alcoolista. **Esc Anna Nery**, v. 21, n. 1, p. 1-8, 2017.